

TODA LA COMIDA ES ELABORADA DIARIAMENTE EN LAS INSTALACIONES DEL COLEGIO

TODOS LOS DÍAS HABRÁ MENÚ DE DIETA BLANDA A DISPOSICIÓN DE LOS NIÑOS QUE LO NECESITEN. LOS PESCADOS QUE UTILIZAMOS HAN SIDO CONGELADOS 72 HORAS PREVIAMENTE. MENÚS ESPECIALES PARA NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS.

LUNES 7

MARTES 8

MIÉRCOLES 9

JUEVES 10

VIERNES 11

- Arroz con tomate
- Tortilla francesa con jamón york
- Guarnición: ensalada
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 1038
Proteínas: 12%
Lípidos: 35%
Carbohidratos: 53%

- Lentejas estofadas
- Pollo milanesa
- Guarnición: Zanahorias baby
- Postre: yogur o fruta variada

Calorías: 952
Proteínas: 17%
Lípidos: 31%
Carbohidratos: 53%

- Spaguetti carbonara
- Merluza rebozada
- Guarnición: Ensalada
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 1211
Proteínas: 15%
Lípidos: 38%
Carbohidratos: 48%

- Menestra de verduras
- Magro con tomate
- Guarnición: Arroz blanco
- Postre: melocoton en almibar

Calorías: 776
Proteínas: 9%
Lípidos: 42%
Carbohidratos: 49%

LUNES 14

MARTES 15

MIÉRCOLES 16

JUEVES 17

VIERNES 18

- Paella
- Filete de pescado en salsa
- Guarnición: Ensalada
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 1033
Proteínas: 19%
Lípidos: 30%
Carbohidratos: 51%

- Crema de puerros y patata
- Pollo guisado
- Guarnición: Patatas dado
- Postre: yogur o fruta variada

Calorías: 765
Proteínas: 17%
Lípidos: 35%
Carbohidratos: 48%

- Guiso de judías blancas
- Lomo adobado a la plancha
- Guarnición: Pisto
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 1081
Proteínas: 14%
Lípidos: 33%
Carbohidratos: 53%

- Patatas guisadas
- Varitas de merluza y calamares
- Guarnición: ensalada
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 818
Proteínas: 17%
Lípidos: 35%
Carbohidratos: 48%

- DIA DEL CARDENAL MARCELO SPINOLA
- Sopa de fideos
- Pizza casera
- Guarnición: Patatas chips
- Postre: donut y refrescos

Calorías: 1392
Proteínas: 12%
Lípidos: 30%
Carbohidratos: 58%

LUNES 21

MARTES 22

MIÉRCOLES 23

JUEVES 24

VIERNES 25

- Arroz milanesa
- Tortilla de jamón
- Guarnición: Ensalada
- Postre: yogur o fruta variada

Calorías: 1013
Proteínas: 14%
Lípidos: 43%
Carbohidratos: 43%

- Lacitos boloñesa
- Emperador a la plancha
- Guarnición: Guisantes salteados
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 937
Proteínas: 17%
Lípidos: 33%
Carbohidratos: 50%

- Brócoli rehogado
- Albóndigas guisadas
- Guarnición: patatas fritas
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 745
Proteínas: 15%
Lípidos: 37%
Carbohidratos: 48%

- Cocido completo
- Guarnición: Ensalada
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 882
Proteínas: 20%
Lípidos: 30%
Carbohidratos: 50%

- Puré de verduras
- Salchichas frescas
- Guarnición: Ensalada
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 863
Proteínas: 12%
Lípidos: 48%
Carbohidratos: 40%

LUNES 28

MARTES 29

MIÉRCOLES 30

JUEVES 31

VIERNES 1

- Lentejas estofadas
- Huevos al plato
- Guarnición: ensalada
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 1066
Proteínas: 15%
Lípidos: 33%
Carbohidratos: 52%

- Patatas riojana
- Filete ruso
- Guarnición: Ensalada tomate y queso
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 954
Proteínas: 17%
Lípidos: 30%
Carbohidratos: 53%

- Sopa de cocido
- Bacalao al horno con tomate
- Guarnición: patatas fritas
- Postre: natillas o fruta variada

Calorías: 777
Proteínas: 17%
Lípidos: 34%
Carbohidratos: 50%

- Canelones de atún
- Jamoncitos de pollo asados
- Guarnición: Ensalada
- Postre: fruta variada, pan

Calorías: 876
Proteínas: 17%
Lípidos: 34%
Carbohidratos: 50%

